

初中英语教学中如何渗透心理健康教育

郭红艳

宁都县对坊初级中学 江西 赣州 342819

[摘要] 对于一个学生来说,良好的心理素质是其成长成才的关键,因此当前学生的心理健康,已成为社会各界所关注的焦点。而从初中英语的实际教学上来看,相比于学生的心理活动,性格特点,行为特征,情感走向等,老师更关注英语知识和相关技能的讲解和传授,这就导致学生普遍存在心理承受能力较低,合作意识不强等问题,进而给学生未来的发展带来十分不利的影响,因此应通过心理健康教育的不断渗透,来使初中英语教学在满足学生心理需求的同时,还能提高其最终教学效率和质量。基于此,本文以初中英语教学中渗透心理健康教育的意义为切入点,来进一步分析初中生常见的心理健康问题及形成的原因,从而更深层次的探讨初中英语教学中渗透心理健康教育的策略,希望能为我国在该领域提供一些参考和意见。

[关键词] 初中英语; 教学; 心理健康教育

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.10.526

前言

对于初中生来说,他们正处于人格塑造,性格形成的关键阶段,而且由于其的思想、心智尚未成熟,所以需要在老师、家长的正确引导下,来使其的身心都得到健康的发展^[1-2]。而英语作为当前世界政治、经济、文化交流的主要工具,老师可以在结合学科特点的基础上,使英语教学更加符合学生的心理特征和认知规律,从而在培养学生英语综合运用能力的同时,还能更好地渗透思想政治和价值理念的相关教育,进而使初中的英语课堂不仅成为知识传播的主阵地,还能成为心理健康教育渗透的主战场,与此同时也能使初中英语既彰显人文性的特征,又能更好地发挥工具性的作用^[3-4]。

1 在初中英语教学中渗透心理健康教育的教学意义

从初中生自身的角度上来说,他们的心智尚未成熟,所以抗挫折、抗击打的能力还比较差,再加上情绪起伏较大并且反复无常,使得他们在这一阶段很容易被错误的价值观、道德观所误导。而如果在初中的英语教学中渗透心理健康教育,可以在引导学生的同时,规范其行为意识,以此基础上帮助其树立正确的思想观念和价值取向,进而为学生的健康成长树立起强大的保护屏障。而要想实现这一目标,就需要英语老师在立足于实际教学情况的基础上,通过教学氛围的积极构建,教学活动的延伸开展,来更好的培养学生。

2 目前初中生常见的心理健康问题及形成原因

当孩子从小学毕业进入初中后,面对沉重的学业压力,他们会有着更大的心理负担。特别是在我国应试教育的环境下,初中生的最终目标就是考取好的高中,所以在初中学习的过程中,他们会长期面临这种升学上的压力,再加上他们思想、心智尚未成熟,因此在这样的环境下会非常容易出现厌学和叛逆心理,而这不仅不利于其的健康成长,还会加重他们的悲观和消极情绪。除此之外,对于初中生来说,由于他们正处于人格塑造,性格形成的关键时期,所以这时就特别需要家长、老师以及社会的正确引导和监督管理。但是随着我国进入信息化时代,使得学生们可以随时随地浏览相关的网络信息,而网络的开放性,又使得我们的日常生活经

常充斥着一些虚假的和不良信息。但是由于初中生还没有具备很强的辨别能力和判断力,所以就会很容易被这些不良的信息所误导,进而加重了其叛逆的心理。再加上当前部分初中生会因为自己是单亲家庭,留守儿童,而出现很多心理上的问题,从而导致他们在这种极度缺爱的环境下,作出一些过激行为。

3 在初中英语教学中渗透心理健康教育的教学策略

3.1 转变教学理念,建立平等的师生教学关系

要想在初中英语教学中更好的渗透心理健康教育,对于老师来说就应该通过教学观念的积极转变,来不断改进传统教学模式的弊端,从而以此来建立平等的师生关系。具体来说,首先对于学生来说,只有信任老师,喜欢老师,他们才能愿意听取老师的相关建议,跟随老师进行学科内容的学习,而这就是我们所说的“亲其师,信其道”。所以老师在实际的英语教学中,应该用亲切的态度和自身的教学热情来感染学生,使学生感受到老师的平易近人,从而愿意主动与老师进行沟通交流 and 请教。并且我们都知道,如果老师过于严厉或盛气凌人,那么学生就会很难接近他,甚至还会害怕他,那么在这样的英语教学中,整体的课堂气氛就会显得非常沉闷,消极,从而不仅不利于渗透心理健康教育,与此同时还会打压学生对学习英语的兴趣。其次,在实际的教学过程中,还应该更加凸显学生的教学主体地位,以积极打破一味向学生灌输知识的传统教学模式,从而以学生为课堂中心和教学主体,来加强了学生之间的沟通交流,进而通过互相地尊重,来更好的掌握心理健康教育的认知规律,同时也可以借助分层教学,来更好地满足学生的不同层次需求,以使他们能够积极踊跃地参与相关的教学和课堂活动,这样学生在进行英语方面的学习时,就不容易出现消极和悲观的心理,进而在心理健康教育的不断渗透下,提高学生的自信心,肯定其的自身价值。除此之外,老师还可以通过课堂作业的布置,让学生在课下借助网络来查阅相关的信息,最终通过这种自主探究的方式,让学生更好地理解相关的知识内容,以提高英语的教学效果,坚定学生学习英语的信念。

3.2运用激励教学，营造轻松愉快的教学氛围

相比于批评教育，孩子们更需要鼓励和赞美，所以为了使

使学生拥有积极健康的心理状态，在初中英语的教学时，老师可以借助激励教学的方式，来营造更加轻松愉快的教学氛围，从而通过积极的鼓励，适当的展现，来帮助学生打开心扉，以更好的正视自身的不足之处，进而在此基础上实现对学生思想道德的全面培养。并且这种激励教学，还能使学生与老师之间更好地进行情感上的交流，这样学生在英语的课堂上就能敢于表达自己内心的真实想法，从而变得不再害怕和畏惧老师，那么其的负面情绪也就随之消除了。而对于英语老师来说，其在教学的过程中可以根据学生的实际需求，选择更加容易被学生所接受的教学方式，从而通过对学生自尊心的积极维护，让他们感受到鼓励和关爱，进而在老师循循善诱和谆谆教诲之下，更好地维护学生的心理健康，最终通过平等地对待学生，来拉近与学生之间的距离，以使初中英语的课堂变得更加具有生机和活力。

3.3开展教学活动，培养学生心理健康意识

要想使心理健康教育能更好地渗透到英语教学中，还可以通过开展相应的教学活动来得以实现，因为借助这样的教学方式，不仅能够提高英语教学的质量和效率，还能培养学生的心理健康意识。具体来说，首先，老师可以借助远程教学平台的积极构建，来真实地了解学生内心的心理诉求和其所在的心理问题，从而通过其的行为表现，来帮助孩子度过青春的叛逆期，并且借助教学平台的构建，老师还能更好地与学生及其家长本人进行沟通交流，从而通过及时反馈学生的实际情况，来维护学生的心理健康，进而借助成长环境的良好建立，来实现其的成长成才。而且对于初中生来说，他们虽然容易情绪不稳定，但是对新鲜的事物仍然保持着高度的好奇心。所以老师可以通过抓住他们的性格特点，来更好的调动他们学习的积极性，以帮助他们形成健康的人格，养成良好的性格。所以相关的教学活动应以学生的兴趣爱好为着力点，从而以此来强化最终的教学效果。比如，很多初中生都对流行歌曲非常感兴趣，所以老师可以通过开展英文歌曲的歌唱比赛以及歌词演绎，来进行英语的情景教学，进而通过教学活动的积极开展，使学生能以高度的热情投入到英语学科的学习中。

3.4让情商智商相辅相成，提高学生心理素质

对于初中生来说，只有拥有学习的主动性和独立性，他们才能不产生厌学和排斥心理。所以在开展英语教学的过程中，老师可以通过挖掘学生的潜能，培养学生独立学习的能力，来增强他们学习的自信心。而且从学生的角度出发说，他们的内心深处或多或少都会有着表现的欲望，所以在英语课堂上，老师可以适当的为学生提供这种表现的机会，并在尊重学生个性的同时，来鼓励学生独立学习，主动学习，这

样学生不仅可以获得很强的学习能力，还极大地提高了其的心理素质，从而在这种主动学习的过程中，不断地突破自己，充实自己。除此之外，老师也可以通过讲解一些名言警句，以及分析一些蕴含心理健康知识的英语阅读，来使学生在这种潜移默化的熏陶下，逐渐将心理健康教育融入自己的内心，进而在此过程中懂得更多人生的道理。那么在他们面对重要的选择时，就能够更加的懂得不是所有的付出都是为了最终的回报。

3.5通过磨砺学生意志，增强学生耐挫能力

在当前的时代背景下，孩子都生活在“温室”之中，所以在家长的过度保护下，他们的心理承受能力会非常低，而我们都知

道要想获得真正的成功，一定要有克服困难的决心，迎难而上的勇气。所以老师可以借助英语教材的实际内容来渗透心理健康教育，从而在增强学生抗打击，耐挫能力的同时，还能磨砺学生的意志，进而使学生在未来的成长道路上能够不断的奋发向上。具体来说，英语教材中有对传奇人物探索精神的描写，也有对人与自然和谐关系的叙述，所以面对这样的教材内容中，不仅可以让学生感受到人类的决心和勇气，还能使其更加关爱，热爱大自然，而这对学生健康心理的塑造是十分有效的。并且这样的教学方法还可以使学生在遇到实际困难时，懂得如何争取，也懂得如何放下。另外，在实际的英语教学中，学生还可以通过发现问题、解决问题，来更好的正视自己的不足，明白自己的困惑，以使其能够明白做任何事情都需要坚持不懈的精神和顽强的毅力，都说“纸上得来终觉浅，心中悟出始知深”，所以只有做到了然于心，他们才能懂得心理健康教育的真谛，进而在不断地磨练下，健康成长。

4 结语

综上所述，为了使心理健康教育在初中英语教学中得到良好的渗透和发展，就应该在立足于英语教学要求的基础上，来有效保障学生的心理健康，从而通过对

学生心理健康教育重视程度的提高，来守护学生成长，进而借助多样化的教学方式以及相关平台的积极构建，来更好地提高学生的心理素质，强化学生心态。

参考文献

- [1]陆小平. 浅谈如何在初中英语教学中渗透心理健康教育[J]. 学周刊, 2017(18).
- [2]陆艳洁. 浅谈如何在初中英语教学中渗透心理健康教育[J]. 科学咨询: 教育科研, 2019(12): 236.
- [3]蒲星宇. 初中英语课堂渗透心理健康教育的探究[J]. 科学咨询: 教育科研, 2019(12): 186.
- [4]仲燕. 英语教学中的心理健康教育探究[J]. 成才之路, 2018(16).